

Le kit
Fête des princesses

Pour les filles de 6 à 10 ans

- Check-list (à cocher)
- Cartons d'invitation
- Astuces pour l'organisation
- Déguisements
- Bricolage : le trône
- Petits cadeaux pour les invités (à emporter)
- Recettes :
  - Gâteau des princesses
  - Clafoutis de légumes et rouleaux princiers
  - Smoothie royal
- Déco
- Idées de jeux



Quelques conseils pour l'organisation…

Choisissez bien les invités

- Commencez par contacter la meilleure amie de votre fille. Sans elle… pas de fête réussie ! Puis, établissez avec votre enfant la liste des invitées.
- Combien d'amies inviter ? Une astuce ! Adaptez leur nombre au nombre de bougies + 1 que souffle votre enfant cette année… 3 bougies = 4 invitées… 6 bougies = 7 invitées, etc.

Lancez les invitations

- Invitez les amies choisies soit le jour même de l'anniversaire, soit le mercredi ou samedi après-midi précédent (par exemple) de 14 h 30 à 18 heures.
- Indiquez très clairement la date et les horaires sur le carton d'invitation pour que les parents des invitées puissent s'organiser eux aussi.

Fixez des règles

- Déterminez l'endroit de la maison où se déroulera la fête et fermez les pièces interdites d'accès. Répartissez des ballons un peu partout, placez une bannière (bon anniversaire Lilou) ou des guirlandes en papier.
- Établissez avant la fête des « règles fixes » (par exemple ne pas courir dans le salon parce qu'on peut glisser sur le carrelage ou le parquet).
- Mettez au point un petit signe discret pour les rappeler à l'ordre le jour J si les enfants se mettent quand même à courir. Cela aidera à ne pas « casser » l'ambiance !

Simplifiez-vous la vie

- Choisissez une vaisselle festive et plutôt jetable, ainsi que des chapeaux, des mirlitons (pas de confettis, on en retrouve partout !)…
- Occuper les enfants est indispensable si vous ne voulez pas que votre intérieur se transforme en champ de bataille ! Canalisez leur énergie avec des jeux, une séance de maquillage, un concours de dessins… et un bon goûter !
- Choisissez les jeux en fonction de l'âge des enfants. Avec les plus grands, optez pour une compétition entre deux équipes. Avec les plus jeunes, qui acceptent mal de perdre, formez plutôt deux ou trois équipes qui doivent atteindre un objectif : il n'y aura que des gagnants.



www.familiscope.fr. Rédaction: A. Hoesel, H. Sattler, P. Suk (graph.). Photos et illustrations : Mauritius-images (pages 1, 7), iStockphoto (pages 3, 5), Thinkstock (pages 2, 4, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14).



Check-list pour la Fête de princesses

à cocher ✔

Invitations

- constituer la liste des invités .... [ ]

Cartons d'invitation :

- acheter le papier (voir les recommandations) .... [ ]
- imprimer les cartons d'invitation....... [ ]
- remplir un carton par invité........... [ ]
- envoyer/distribuer les cartons d'invitation............................ [ ]

Décoration

Trône :

- choisir une chaise adaptée........... [ ]
- préparer ou acheter le matériel pour le « trône »...................... [ ]
- confectionner la housse « princesse » pour la chaise en suivant les indications........................... [ ]
- « déguiser » la chaise en trône avec la housse .... [ ]

Cadeaux pour les invitées

Serre-tête de princesses

- acheter le matériel en suivant les indications........................... [ ]
- fabriquer les serre-tête en suivant les indications .... [ ]

Recettes pour les royales invitées

- acheter les ingrédients (voir les recettes).............................. [ ]
- cuisiner le clafoutis de légumes et les rouleaux princiers en suivant les recettes .... [ ]
- préparer le smoothie royal aux fruits rouges en suivant la recette.......... [ ]
- préparer le gâteau des princesses.... [ ]
- acheter des boissons pour tous les convives.............................. [ ]

Costumes de princesse

- concevoir les déguisements (voir les recommandations) .... [ ]
- coudre les déguisements (voir les recommandations) .... [ ]
- acheter le matériel de bricolage pour la couronne et le diadème............. [ ]

Jeux

- se procurer le matériel pour les jeux .. [ ]



Les cartons d'invitation

Mode d'emploi

- Testez au préalable la première impression sur du papier d'imprimante ordinaire et en noir et blanc. Imprimez d'abord le recto, puis tournez la feuille et imprimez le verso.
- Quand vous êtes satisfait du résultat de l'impression, répétez l'opération en couleur sur du papier de 180 grammes idéalement. Imprimez le nombre d'invitations nécessaire.
- Pliez vos invitations par le milieu et découpez-les le long des bords.
- Il ne reste plus qu'à écrire les noms des invités. Vos cartons d'invitation sont prêts !





Recto



Je souhaite faire une fête royale
dans mon château de conte de fées avec toi

Chère ....

la princesse .... de ....

t'invite de tout cœur à son anniversaire.

La fête se tiendra

le ....

de .... à .... heures

Merci de m'envoyer ta réponse par messager pour
m'annoncer une bonne nouvelle de ta part.

Verso



Déguisement : le costume de princesse à couronne

Matériel

- une robe de déguisement : au choix une robe d'été ou une longue chemise de nuit de la couleur de votre choix........... [ ]
- un justaucorps ou un tee-shirt de la couleur de votre choix........... [ ]
- un collant de la couleur de votre choix .... [ ]
- une ceinture ou un tissu soyeux (couleur au choix) .... [ ]
- une couronne (accessoire de déguisement)......................... [ ]
- des bijoux fantaisie.................... [ ]

Couronne :

- papier cartonné doré .... [ ]
- ciseaux.................................... [ ]
- colle .... [ ]

- Le costume se compose de la robe, soit la robe d'été soit la chemise de nuit longue. Si vous choisissez la chemise de nuit, mettez à votre princesse un justaucorps ou un tee-shirt.
- Attachez à la taille de votre jeune dame une ceinture ou un foulard soyeux joliment noué dans le dos.
- Coiffez votre princesse d'une couronne et mettez-lui aussi (si vous le souhaitez) des bijoux (collier, clips d'oreille).

Astuce !

- Si vous souhaitez fabriquer la couronne vous-même, découpez une bande de 10 cm de large dans le papier cartonné doré. Pour la longueur, mesurez le tour de tête de votre enfant.
- Avec un crayon, dessinez des pointes sur la partie supérieure de la couronne et découpez le long des traits. Collez les deux extrémités de la bande de papier et collez aussi des décorations pour faire des pierres précieuses. Voilà la couronne !



Déguisement : le costume de princesse à diadème

Matériel

Diadème :

- quelques plumes colorées ou fleurs en tissu [ ]
- un serre-tête (blanc) [ ]
- un tee-shirt ou justaucorps (blanc) [ ]
- un collant (opaque, éventuellement en laine) [ ]
- une paire de ballerines/rythmiques (blanches) [ ]
- une paire de gants (blancs) [ ]

Robe :

- tulle (blanc) : 1,20 x 3 m [ ]
- satin (blanc) : 1,20 x 1,50 m [ ]
- ruban de satin (blanc) : 90 cm à 1 m de long, 5 cm de large [ ]
- attaches (agrafes ou aiguille avec du fil blanc ou du fil élastique) [ ]
- colle [ ]

- Pour le diadème, collez des plumes ou des fleurs en tissu à intervalles réguliers sur le serre-tête. Pour les fixer, vous pouvez faire tenir chaque plume ou fleur avec une pince à linge jusqu'à ce que la colle soit sèche.
- Pour la jupe de la princesse, pliez le tulle en rectangle (60 x 75 cm). Mesurez le tour de taille de votre enfant, prenez le tulle sur le côté long (75 cm) et plissez-le pour atteindre le tour de taille mesuré.
- Collez, agrafez ou cousez d'autres plumes ou fleurs en tissu sur la jupe en tulle.
- Pour la cape, pliez la pièce de satin en rectangle et froncez-la aussi sur le côté court (1,20 m). Agrafez ou cousez les fronces et cousez-y le ruban de satin de façon à ce qu'il dépasse du tissu des deux côtés pour pouvoir l'utiliser pour faire un nœud.
- Le tee-shirt ou le justaucorps restent blancs. Sur les chaussures, vous pouvez coller d'autres plumes ou fleurs en tissu. Les gants complètent le costume de princesse.

Astuce !

- Vous pouvez, bien sûr, choisir n'importe quelle autre couleur. Votre princesse sera tout aussi royale dans une robe rose ou rouge par exemple !
- Si vous ne souhaitez pas fabriquer le diadème vous-même, vous pouvez aussi acheter un accessoire de déguisement. C'est tout aussi joli et cela vous simplifiera la tâche !



Clafoutis de légumes

Ingrédients pour 6 personnes

- 1 petite courgette
- 1 tomate moyenne
- 1 boule de mozzarella
- 1 œuf
- 5 cl de crème fraîche liquide
- herbes de Provence
- sel
- poivre

Préparation

- Préchauffer le four à 180 °C (th. 6). Laver les légumes et les couper en tranches fines ainsi que la mozzarella. Disposer les éléments en alternance dans un petit plat beurré : une tranche de tomate, une de courgette et une de mozzarella. Verser par-dessus l'œuf battu avec la crème. Saler, poivrer et saupoudrer d'herbes de Provence.
- Enfourner 30 minutes et servir.



Rouleaux princiers

Ingrédients pour 1 rouleau

- 1 petite louche de pâte à crêpes toute prête .... [ ]
- des herbes de Provence .... [ ]
- 1 fine tranche de jambon cuit découenné et dégraissé .... [ ]
- 1 cuillère à soupe rase de fromage demi-sel (ou Cottage cheese)......... [ ]
- 1 cuillère à café d'huile................ [ ]
- 1 tomate pour la déco................. [ ]

Préparation

- Mélanger la pâte à crêpes et les herbes. Faire cuire la crêpe dans une poêle légèrement huilée et la laisser tiédir.
- Tartiner la crêpe d'une fine couche de fromage et poser dessus la tranche de jambon. Rouler la crêpe sur elle-même pour obtenir un boudin et l'envelopper dans du film alimentaire.
- Après 2 heures au frais, la découper en rondelles.
- Présenter ces roulades sur un lit de salade et décorer avec des morceaux de tomates et du persil plat.

Astuce !

- Vous pouvez remplacer la crêpe par une galette de blé ou de maïs pour tortilla et mettre du saumon fumé à la place du jambon.

Gâteau des princesses

Ingrédients

- 125 g de beurre ou de margarine ..... [ ]
- 125 g de sucre .... [ ]
- 1 sachet de sucre vanillé.............. [ ]
- 4 œufs .... [ ]
- 100 g de farine .... [ ]
- 1 cuillère à café de levure chimique... [ ]
- 3 à 4 cuillères à soupe de confiture de fraise (ou autre fruit rouge)............ [ ]
- 4 tasses de crème fleurette .... [ ]
- 3 sachets de sucre vanillé.............. [ ]
- 300 g de noix de coco en poudre ..... [ ]

Décoration :

- confiture de fraise ou autre fruit rouge [ ]
- chocolat pour écrire (dans le commerce) ou chocolat noir de couverture......... [ ]
- décorations en chocolat en forme de couronne............................... [ ]
- roses en sucre (blanches)............. [ ]



Températures de cuisson :
Four électrique : .... 175 °C
Four à chaleur tournante :........... 150 °C
Four à gaz : .... thermostat 5
Temps de cuisson : ....30 minutes

Préparation

- Séparer les blancs des jaunes. Battre le beurre, le sucre, le sucre vanillé et les jaunes d'œufs jusqu'à ce que le mélange soit mousseux. Mélanger la farine et la levure et les ajouter. Battre les blancs en neige et les incorporer.
- Verser la pâte dans un moule à manqué et cuire 30 minutes.
- Une fois le gâteau refroidi, le couper en 2 dans le sens de la hauteur. Étaler de manière homogène la confiture de fraise (ou d'autre fruit rouge) sur la partie inférieure.
- Fouetter la crème fleurette et le sucre vanillé pour obtenir une chantilly et en verser environ un tiers sur la confiture. Poser délicatement l'autre moitié du gâteau sur la couche de crème.
- Enduire le gâteau avec le reste de crème et saupoudrer de poudre de coco. Mettre au réfrigérateur quelque temps.

Décoration

- Avec du chocolat pour écrire (ou du chocolat de couverture fondu et un peu refroidi utilisé avec une poche à douille fine), dessiner un gros et 3 ou 4 petits cœurs et mettre de nouveau au réfrigérateur. Quand les contours sont solides, remplir de confiture. Enfin, disposer les décorations en chocolat et les roses en sucre sur le gâteau pour le décorer.

Nous souhaitons un bon appétit à vos petites majestés !



Smoothie royal aux fruits rouges

Ingrédients pour 4 princesses

- 3 bananes bien mûres .... [ ]
- 250 g de framboises .... [ ]
- 1 citron .... [ ]
- 50 cl de lait demi-écrémé ou de lait de soja .... [ ]
- 2 sachets de sucre vanillé............ [ ]

Préparation

- Peler les bananes. Les couper en rondelles et les citronner.
- Les placer dans le bol d'un blender. Ajouter les framboises en en réservant quelques-unes pour le décor, le lait et le sucre vanillé.
- Mixer jusqu'à obtention d'un mélange bien mousseux.
- Verser dans les verres. Décorer avec les framboises et déguster aussitôt.



Trône des princesses

Matériel

- housse pour la chaise (couleur au choix) . . . . [ ]
- tissu doré ou argenté. . . . . [ ]
- strass (disponibles en magasin de loisirs créatifs) . . . . [ ]
- papier cartonné ou carton. . . . . [ ]
- aiguille et fil ou machine à coudre. . . . . [ ]
- ciseaux. . . . . [ ]
- crayons pour textile dorés ou argentés (disponibles en magasin de loisirs créatifs). . . . . [ ]
- chaise (éventuellement avec dossier) [ ]



Réalisation

- Préparez au préalable un modèle de couronne en papier cartonné ou en carton de la taille que vous voulez.
- Posez le modèle sur le tissu doré ou argenté et découpez deux couronnes. Cousez-en une sur l'avant et l'autre sur l'arrière de la housse pour la chaise.
- Collez des strass sur la housse de la chaise autour de la couronne.
- Avec les feutres pour textile, dessinez sur la housse des couronnes ou d'autres objets royaux et laissez bien sécher.

Cadeaux royaux pour les invitées

Serre-tête

Matériel pour chaque enfant invité :

- 1 serre-tête .... [ ]
- quelques strass (magasins de loisirs créatifs)............................... [ ]
- quelques fleurs en tissu.............. [ ]
- colle.................................. [ ]
- pinces à linge .... [ ]

- Déposez des petits points de colle régulièrement espacés sur chaque serre-tête et laissez sécher un peu.
- Collez en alternant les strass et les fleurs en tissu et maintenez-les avec des pinces à linge jusqu'à ce que la colle soit sèche.
- Et voilà, chacune des petites invitées est une vraie princesse ! Un présent qu'elles seront ravies de porter pour la fête et d'emporter chez elles après.



Jeux pour les princesses

Danse de ballon royale

- Les invitées se mettent deux par deux. Dans chaque paire, une personne reçoit un ballon de baudruche gonflé. Les joueuses se mettent face à face avec les mains dans le dos et essaient de maintenir le ballon en l'air avec leur ventre ou leur front (on s'accordera sur le mode de jeu au préalable) entre elles deux.
- Le maître du jeu (maman ou papa, pourquoi pas ?) met de la musique : les couples « dansent » et s'efforcent de ne pas faire tomber le ballon de baudruche par terre. La paire qui fait tomber son ballon se sépare. Les deux joueuses qui maintiennent le ballon de baudruche en l'air le plus longtemps ont gagné.

Histoires de princesses

- Une fillette est tirée au sort ou désignée par une comptine pour commencer le jeu. Elle reçoit une balle, la lance contre un mur et commence à raconter une histoire avec les mots « Il était une fois… ».
- La fillette dit une ou plusieurs phrases et lance à nouveau la balle contre le mur sur les mots « Et ensuite… ». La joueuse suivante attrape la balle, la lance contre le mur et raconte la suite de l'histoire jusqu'à ce qu'elle passe le relais à la fillette suivante par un nouveau lancer contre le mur et les mots « Et ensuite… ».
- Le jeu se termine avec la fin de l'histoire.

Mémory sucré des princesses

- Posez sur une table un nombre pair de gobelets en carton retournés. Sous deux gobelets qui ne sont pas côte à côte, la même sucrerie est cachée (par exemple un ours en gélatine rouge ou un bonbon vert).
- Répartissez les sucreries différentes sous les gobelets et faites entrer toutes les joueuses.
- Les fillettes commencent comme pour un jeu de Mémory à tour de rôle : soulever toujours deux gobelets et trouver les sucreries identiques. La joueuse qui trouve en premier une paire de sucreries peut garder les deux.
- Accordez-vous en amont avec les jeunes dames pour savoir si celle qui trouve une paire de sucreries et va la garder peut rejouer tout de suite ou si c'est au tour de la joueuse suivante.

Astuce !

- Si vous ne souhaitez pas utiliser de bonbons, faites ce jeu avec des perles en verre ou en bois, des petites figurines ou d'autres objets qui peuvent être cachés sous des gobelets en carton.

